

Rôti haché

Ingrédients

Pour 6 personnes

1 moule à cake d'env. 1 litre

beurre pour le plat

2 petits pains rassis, env. 80 g, coupés en petits dés

1,5 dl de lait

500 g de viande hachée (boeuf, veau, porc)

125 g de séré gras

1 oeuf

1 cs de moutarde gros grains

1 cc de feuilles de thym

1 cc de sel

poivre du moulin

env. 10 pruneaux secs

env. 10 tranches fines de lard cru

quelques flocons de beurre

quelques feuilles de thym

sauce:

75 g de pruneaux séchés

2,5 dl de bouillon de viande

poivre du moulin

thym pour décorer



Préparation

1. Tremper les petits pains dans le lait, écraser soigneusement à l'aide d'une fourchette.
2. Pétrir la mie obtenue, le séré, l'oeuf, la moutarde, le thym, le sel et le poivre à la main en une masse homogène.
3. Entourer chaque pruneau d'une tranche de lard.
4. Disposer la viande hachée dans le moule beurré en appuyant soigneusement pour qu'il n'y ait pas de trous. Plonger les pruneaux au lard dans la masse. Parsemer de flocons de beurre et de thym. Cuire 50 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C.
5. Sauce: porter à ébullition le bouillon et les pruneaux, laisser tirer à couvert sur la plaque éteinte. Réduire en purée; ajouter, si nécessaire, un peu de jus de cuisson, assaisonner.
6. Laisser reposer le rôti haché 10 minutes dans le four éteint. Découper en tranches épaisses, servir sur des assiettes chaudes, avec la sauce.

Il est important de bien pétrir le rôti afin qu'il soit compact et qu'il ne se défasse pas à la coupe.
Vous pouvez remplacer les pruneaux par des abricots secs ou par des tranches de pomme ou de poire crue.
Servir avec du gratin dauphinois, des pâtes ou du riz.
Vous pouvez également préparer le rôti dans une poêle.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 358 kcal; protéines: 22 g; lipides: 20 g; glucides: 22 g.